



Title	留学生の日本への適応に関する検討：主観的ウェルビーイングの変化
Author(s)	田中, 希穂; 大谷, 和大; 近藤, 佐知彦
Citation	多文化社会と留学生交流：大阪大学国際教育交流センター研究論集. 2012, 16, p. 13-17
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/50645
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

The University of Osaka

留学生の日本への適応に関する検討

－ 主観的ウェルビーイングの変化 －

田中 希穂*・大谷 和大**・近藤 佐知彦***

要 旨

本研究では、留学生の日本への適応について、短期交換留学生（男性 22 名、女性 17 名）を対象に留学初期にあたる学期開始時とその半年後の学期終了時の主観的ウェルビーイングを比較した。その結果、男性は半年間の在日期間を経て、満足感を向上させ、比較的高いバイタリティを維持し、不安を低減させた。来日前後は女性よりも高い不安を抱えている男性も、高いバイタリティを維持することによって、積極的な行動や適切なストレス対処に取り組んでいる可能性が示唆された。その結果、留学期間中に満足感が向上したと考えられる。今後は、データを蓄積するとともに、主観的ウェルビーイングを促進させる要因についてさらに検討し、適応状態の向上を目指した有効な支援を検討する必要がある。

【キーワード】 留学生、主観的ウェルビーイング、満足感、バイタリティ、不安

1 はじめに

我が国の留学生数は 138,075 名 (2011.05.01 現在) と、震災の影響から前年比 2.6% 減ではあるものの、この 10 年間に倍増している (JASSO, 2012)。在学段階別留学生数・出身地域別留学生数は Table 1・2 のとおりである。大阪大学における留学生数も 1780 名 (2011.05.01 現在) であり、国際化拠点整備事業 (Global30) に採択された 2009 年と比較すると 28.5% 増 (400 名増) となっている。高等教育機関におけるこのような留学生の増加に伴い、彼らの学業的成功、健康、心理的適応は、留学生のみならず、受け入れる

大学にとっても重要な問題である (Nipoda, 2002)。

「平成 21 年度私費外国人留学生実態調査」(JASSO, 2010) において、日本に留学した全体的な印象について 85.1% の留学生が「良かった」と回答している一方、留学中におけるさまざまな苦勞が報告されている。特に、「物価が高い」(80.0%)、「日本語の習得」(36.2%)、「日本生活における母国の習慣との違い」(28.7%)、「宿舎を探すこと」(25.0%) などの項目で苦勞していると感じている留学生が多かった。これらの項目は日常生活に直結するものであり、彼らが経験している日々のストレスも高いことが想像される。

Table 1 在学段階別留学生数

	留学生数	構成比
大学院	39,749	28.8%
大学(学部)・短大・高専	71,244	51.6%
専修学校(専門課程)	25,463	18.4%
準備教育課程	1,619	1.2%
合計	138,075	100.0%

(2011 年 5 月 1 日現在, JASSO(2012) より引用)

Table 2 出身地域別留学生数

地域名	留学生数	構成比	左のうち短期留学生数	
			留学生数	構成比
アジア	129,163	93.5%	6,192	67.9%
欧州	3,722	2.7%	1,597	17.5%
北米	1,742	1.3%	992	10.9%
アフリカ	1,136	0.8%	58	0.6%
中近東	1,018	0.7%	35	0.4%
中南米	886	0.6%	94	1.0%
オセアニア	408	0.3%	152	1.7%
合計	138,075	100.0%	9,120	100.0%

(2011 年 5 月 1 日現在, JASSO(2012) より引用)

*大阪大学国際教育交流センター特任助教

**大阪大学人間科学部助教

***大阪大学国際教育交流センター教授

これら以外にも留学生の適応を左右する諸問題として、学業領域ではドロップアウトや指導教官や研究室でのトラブル、対人関係領域ではアイデンティティの問題やミスコミュニケーションが指摘され、それらがメンタルヘルスにおよぼす影響も注目され始めている。近年では、引きこもりや鬱、その他の精神疾患を患う留学生も現場では実際に報告されている。このような現状にも関わらず、高等教育機関の支援体制の整備が遅れている傾向にあることも同時に事実である。

一方で、在日年数が長くなるほど留学全体に対する印象が良くなる傾向があることも指摘されている (JASSO, 2010)。留学生が日本生活に適応する過程で多くの苦労やストレスを経験するが、滞在期間が長くなると、適応が進み、印象がよりポジティブになると考えられる。そこで、本研究では、留学初期 (学期開始時) とその半年後 (学期終了時) の適応状態を比較し、その変化について性差を含めて検討する。

人の適応に関しては、近年、主観的ウェルビーイング (subjective well-being, SWB) の観点からの研究が盛んである (ex. Joshi, 2010; Ryan, Huta, & Deci, 2008)。SWB とは、自分自身の人生に関する情動的・認知的評価であり、ライフイベントに対する満足感、仕事・家族・友達のような外的要因に対する満足感、あるいは楽しみなどの感情経験が豊かであり、ネガティブな感情経験が少ない状態を含んでいる (Diener, 1984; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999)。つまり、SWB は、満足感、ポジティブ感情、低いネガティブ感情の 3 つの要素から構成される。満足感とは、全般的に自分自身の状態をどのように評価しているかに関わり、ポジティブ感情とは、喜びや愛情などの快感情や高いエネルギーを持っている状態を示す。このような感情は、他者への好意的な反応、活動への積極的な反応、全般的なポジティブな気分と関連する (Diener *et al.*, 1999)。一方、ネガティブ感情は、自分自身の人生経験や、健康、出来事などに対する非好意的でネガティブな反応である。怒り、悲しみ、不安、ストレス、欲求不満、罪悪感や恥などの感情を含んでいる。本研究では、心理的・精神的なエネルギーを示すバイタリティ (vitality) をポジティ

ブ感情、不安をネガティブ感情の指標として取り上げる。

2 方法

2-1 参加者

参加者は、大阪大学への短期交換留学生 39 名 (男性 22 名、女性 17 名; 平均年齢 22.2 歳 ($SD = 2.49$)) であった。そのうちアジアからの留学生が 17 名、欧州からの留学生が 14 名、北米からの留学生が 8 名であった。

2-2 質問紙

留学生の適応状態を測定するために、満足感・バイタリティ・状態不安を指標として選択した。満足感の測定には Satisfaction with Life Scale (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985) の 5 項目 (ex. "In most ways my life is close to my ideal.", $\alpha = .74, .81^*$) を用いた。また、バイタリティ尺度として、Subjective Vitality Scale (Ryan & Frederick, 1997) の 7 項目 (ex. "At this moment, I feel alive and vital.", $\alpha = .84, .64^*$) を用いた。測定時の全般的な不安である状態不安の測定には、Spielberger, Gorsuch, & Lushen (1970) の 20 項目 (ex. "peace", "safe", "stiff", "regret", $\alpha = .91, .85^*$) を用いた。いずれの尺度も多くの研究で使用されており、また本サンプルにおける α 係数から判断しても、各尺度の構成は妥当であると判断した。

2-3 調査時期および手続き

留学初期に当たる秋学期開始時 (2010 年 10 月) に第 1 回目の調査を、その約半年後の秋学期終了時 (2011 年 3 月) に第 2 回目の調査を実施した。

調査では、教室で質問紙を配布し、その場で回答を求めた。質問紙はすべて日本語・英語が併記され、回答形式は 6 件法であった。2 回の回答を照合させる必要性から、調査は記名式で行われたが、個人情報については、『大阪大学プライバシーポリシー』にしたがって、適切に保護管理されることを明確に説明し、調査

* 係数はそれぞれ 1 回目の調査と 2 回目の調査の係数を示す。

Table 3 各尺度の平均値・標準偏差および分散分析の結果

		学期開始時	学期終了時	主効果		交互作用
		M (SD)	M (SD)	性別	時期	
満足感	男性	4.58 (.75)	5.34 (.50)	0.75	9.95 **	9.07 **
	女性	4.77 (.50)	4.78 (.79)			
バイタリティ	男性	4.75 (.49)	4.66 (.30)	0.67	25.44 ***	6.85 *
	女性	4.91 (.75)	3.94 (.85)			
状態不安	男性	2.50 (.84)	1.98 (.65)	0.59	10.83 **	4.38 *
	女性	2.11 (.43)	1.94 (.46)			

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

を実施した。

3 結果と考察

学期開始時と学期終了時の適応状態の変化を検討するため、満足感・バイタリティ・状態不安について、2 要因の分散分析（調査時期×性別）を実施した（Table 3）。

3-1 満足感

満足感尺度において、調査時期と性別の交互作用が有意であったため（ $F=9.07$, $p<.01$ ）、単純主効果の検定をおこなった。その結果、男性群で時間の主効果が有意であり（ $F=18.33$, $p<.001$ ）、男性は、学期開始時よりも学期終了時の方が、満足感が向上した（Figure 1）。女性は、学期をとおして満足感に変化は見られないが、男性は、来日当初、女性と同程度であった満足感が、時間の経過に従って上昇する傾向がみられた。

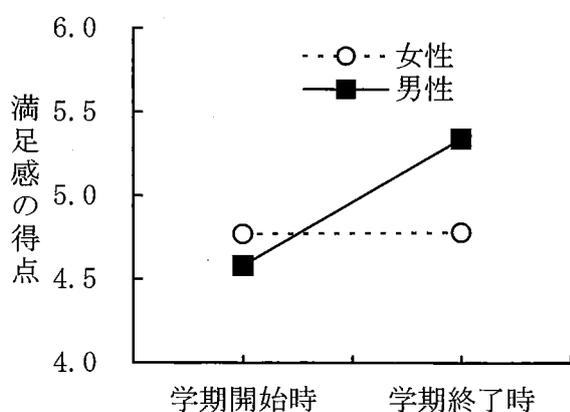


Figure 1 満足感尺度の交互作用

このような性差は、男性の方が、半年間の学業的成功感、コミュニケーションスキルの向上、学内外におけるよい対人関係の構築、日本での快適な生活環境を経験したなどの理由が推測される。満足感の性差については指摘されているものの、その傾向の一貫性は認められないことから、この点も含めて、満足感の向上を導く要因について、今後さらに検討する必要がある。

3-2 バイタリティ

バイタリティ尺度において、調査時期と性別の交互作用が有意であったため（ $F=6.85$, $p<.05$ ）、単純主効果の検定をおこなった。その結果、女性群で時間の主効果が有意であり（ $F=30.48$, $p<.001$ ）、女性は、学期開始時よりも学期終了時の方が、バイタリティが低下した（Figure 2）。男性は、学期をとおしてバイタリティに変化は見られないが、女性は、留学初期に男性と同程度であったバイタリティが、時間の経過とともに低下する傾向がみられた。

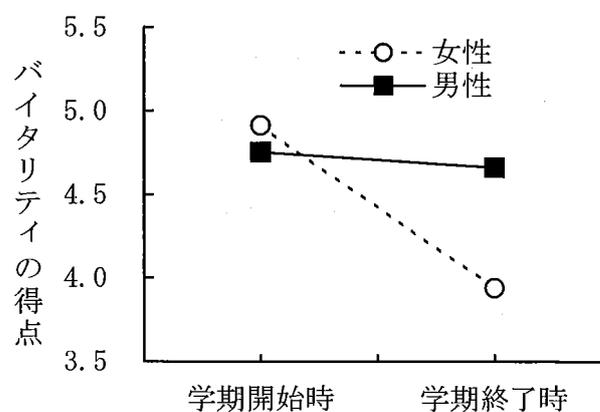


Figure 2 バイタリティ尺度の交互作用

バイタリティの高い状態では、人はより積極的・生産的であり、挑戦やストレスに適切に対処し、心理的適応が高い傾向がある (e.g., Penninx, Guralnik, Bandeen-Roche, Kasper, Simonsick, Ferrucci, & Fried, 2000; Ryan & Frederick, 1997)。比較的高いバイタリティを維持している男性の方が留學生活に積極的であったり、ストレスに適切に対処できたりした結果、より適応を促進したことが示唆される。

3-3 状態不安

状態不安尺度において、調査時期と性別の交互作用が有意であったため ($F=4.38, p<.05$)、単純主効果の検定をおこなった。その結果、男性群で時間の主効果が有意であり ($F=14.49, p<.01$)、男性は、学期開始時よりも学期終了時の方が、不安が低下した (Figure 3)。女性は、来日時からそれほど不安が高くなく、その傾向は留學期間中ほとんど変化が見られないのに対して、男性は、女性に比べて来日当初の不安が高いが、時間の経過とともに女性と同程度にまで低下する傾向がみられた。

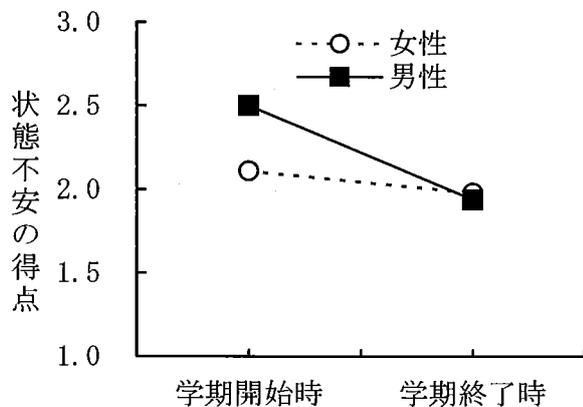


Figure 3 状態不安尺度の交互作用

一般的に男性は、困難な状況に遭遇した場合でも、他者からの援助を受けずに独力でそれを解決することが期待されがちであるという社会的・文化的要因がある (嶋, 1992)。また、男子大学生は自負心が強く、他人の援助を受けることに抵抗があるといった価値観や性役割の存在も指摘されている (李・李・李, 2003)。これらのことより、留學前の不安が高い時期に、男性は適切な援助を要求できず、来日前後の環境

変化に対するストレスフルな感情を処理しきれなかった結果、来日時の不安が高かったのではないかと推測される。

4 まとめ

留學初期である学期開始時とその半年後の学期終了時の適応の程度を検討した。その結果、男性の方が不安が高く、来日直後の適応度が低い傾向にあったが、半年後の調査では、その不安も女性と同程度まで低下した。また、男性は、留學初期の比較的高いバイタリティを留學期間中も維持し、同時に満足感を向上させる傾向がある。つまり、男性は周囲への援助要請が不十分であったことなどにより来日前後の不安は高いものの、学期をとおして維持された高いバイタリティによって積極的な行動と適切なストレス対処方略がとれ、結果的に全般的な満足感を促進させるというポジティブなプロセスが見られた。一方で、女性はバイタリティの低下がみられたものの、留學当初からの適応状態はそれほど悪くはない傾向にあるといえる。

高等教育機関では、今後、単に留學生数を増加させるだけでなく、彼らの留學経験の質をどのようにして高めるかが重要な課題となる。留學生の適応に関連する要因は多く存在し、これまでは特にコミュニケーション関連の要因が注目されてきた。つまり、留學生の日本社会への適応を考えると、日本人との人間関係が何よりも重要な役割を果たし、「日本人と十分かつ適当なコミュニケーションが可能となることによって、適応が促進され、滞在生活が安定する」ことが指摘されている (孫, 2009; 岩尾・荻原, 1988)。しかし、彼らの留學経験の質を向上させる重要な要因が他に存在する可能性は高い。今後は、適応の程度の変化に関する継続的データを蓄積すると同時に、適応に影響をおよぼす、対人関係領域以外の要因についても検討していく必要がある。

参考文献

- Diener, E. (1984) Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.

- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985) The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Suh, R., Lucas, H. & Smith, H. (1999) Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- 岩尾寿美子・荻原滋 (1988) 『日本で学ぶ留学生—社会心理学的分析—』勁草書房
- Joshi, U. (2010) Subjective wellbeing by gender. *Journal of Economics and Behavioral Studies*, 1, 20-26.
- 日本学生支援機構 (JASSO) (2010) 『平成 21 年度私費外国人留学生生活実態調査概要』日本学生支援機構
- 日本学生支援機構 (JASSO) (2012) 『平成 23 年度外国人留学生在籍状況調査結果』日本学生支援機構
- Nipoda, Y. (2002) Japanese students' experiences of adaptation and acculturation of the United Kingdom. In W. J. Jonner, D. L. Dinnel, S. A. Hayes, & D. N. Sattler (Eds.), *Online readings in psychology and culture*. Center for Cross-Cultural Research, Western Washington University, Bellingham, Washington USA.
- Penninx, B. W. J. H., Guralnik, J. M., Bandeen-Roche, K., Kasper, J. D., Simonsick, E. M., Ferrucci, L., & Fried, L. P. (2000) The protective effect of emotional vitality on adverse health outcomes in disabled older women. *Journal of the American Geriatrics Society*, 48, 1359-1366.
- 李芸敏・李永・李惠民 (2003) 「河南省大学生の社会支持に関する調査」(中国語)『健康心理学雑誌』第 11 巻、p.34-35.
- 孫怡 (2009) 「在日中国人の異文化適応：パーソナリティ特性からの影響」『人間文化創成科学論叢』第 12 巻、p.241-248.
- Ryan, R. M., & Frederick, C. M. (1997) On energy, personality and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65, 529-565.
- Ryan, R. M., Huta, V., & Deci, E. L. (2008) Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*, 9, 139-170.
- 嶋信宏 (1992) 「大学生におけるソーシャルサポートの日常生活ストレスに対する効果」『社会心理学研究』第 7 巻、p.45-53.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushen, R. E. (1970) *Manual for State-Trait Anxiety Inventory (Self-Evaluation Questionnaire)*. Palo Alto, California: Consulting Psychologist Press.